

**PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL DALAM MENINGKATKAN
RASA PERCAYA DIRI (STUDI KASUS PADA WARGA BINAAN
PEMASYARAKATAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN
PEREMPUAN KELAS II A BANDAR LAMPUNG)**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Dakwah dan Komunikasi

Oleh

EVA ANITA SARI

NPM : 1641040031

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
1441/2020**

**PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL DALAM MENINGKATKAN
RASAPERCAYA DIRI (STUDI KASUS PADA WARGA BINAAN
PEMASYARAKATAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN
PEREMPUAN KELAS II A BANDAR LAMPUNG)**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Dakwah dan Komunikasi



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
1441/2020**

ABSTRAK

Warga binaan pemasyarakatan yang berada di LAPAS Perempuan kelas II A Bandar Lampung dengan kasus pembunuhan dan narkoba ada dua orang yang mempunyai rasa kepercayaan diri yang rendah akibat masalah kehidupan yang ia jalani. Dua orang tersebut mengalami rasa ketidakpercayaan diri diakibatkan ia memiliki pemikiran yang irrasional terhadap dirinya dan merasa bersalah serta gagal menjadi contoh yang baik bagi keluarganya. Hal tersebut yang menjadi ketertarikan penulis untuk meneliti bagaimana penerapan konseling individual kepada warga binaan pemasyarakatan untuk meningkatkan rasa percaya diri yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan konseling individual kepada warga binaan pemasyarakatan dalam meningkatkan rasa percaya diri tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan pendekatan kualitatif model studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Kemudian data yang diperoleh lalu dianalisis secara deskriptif dengan cara reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian diketahui bahwa penerapan konseling individual yang digunakan adalah dengan menggunakan teori *Behavior* dan metode yang digunakan adalah modifikasi perilaku, asas yang digunakan yaitu asas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kesukarelaan, asas kemandirian, asas kenormatifan, dan asas kekinian. serta teknik yang digunakan adalah pengondisian operan serta teknik konseling lainnya seperti teknik attending, refleksi, mendengarkan, eksplorasi, paraphrasing, teknik bertanya, dorongan, mengarahkan, dan merencanakan. Hasil dari pelayanan konseling individual diantaranya ialah : mampu merubah perilaku, mampu mengatasi rasa kecemasan, berfikir positif, dan mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidak mampuan yang menghinggapinya. Jadi dalam penerapan konseling individual yang dilakukan oleh Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung mampu meningkatkan rasa percaya diri warga binaan pemasyarakatan yang asa rendah diri terhadap dirinya, dan diharapkan untuk kedepannya pihak LAPAS dapat mempertahankan kerja samanya dengan BNN serta membangun kerja sama dengan instansi-isntansi lain yang mempunyai tingkat keprofesionalan dakam bidang layanan bimbingan dan konseling.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eva Anita Sari
NPM : 1641040031
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Fakultas Dakwan dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Penerapan Konseling Individual Dalam Meningkatkan Rasapercaya Diri (Studi Kasus Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas Ii A Bandar Lampung)” adalah benar-benar merupakan hasil karya penulis sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi

Bandar Lampung,.....2020

Eva Anita Sari
NPM 1641040031



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suraimin Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721)703289

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL DALAM
MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI (STUDI
KASUS PADA WARGA BINAAN
PEMASYARAKATAN DI LEMBAGA
PEMASYARAKATAN PEREMPUAN KELAS II A
BANDAR LAMPUNG)**

Nama : **Eva Anita Sari**

NPM : **1641040031**

Jurusan : **Bimbingan Dan Konseling Islam (BK)**

Fakultas : **Dakwah Dan Ilmu Komunikasi**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang Muhaqosah Fakultas
Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Pembimbing I

PEMBIMBING II

Prof. Dr. L. Bahri Ghazali, MA.

Dr. Fitri yanti, MA.

NIP. 19561231985031002

NIP. 197510052005012003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Mubasri, S. Ag., M.Ag

NIP. 19197311141998031002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721)703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **"PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL DALAM MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI (STUDI KASUS PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN PEREMPUAN KELAS II A BANDAR LAMPUNG)"** di susun oleh, **EVA ANITA SARI, NPM: 1641040031**, Program studi **Bimbingan dan Konseling Islam**, telah diujikan dalam sidang Munaqosyah di **Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan** pada.
Hari/Tanggal : Selasa, 06 Oktober 2020

Tim Penguji

Ketua Sidang : Mubasit, S.Ag. MM

Sekretaris : Umi Aisyah, M.Pd.I

Penguji I : Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd

Penguji II : Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si

NIP.196104091990031002

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman” (QS. Ali Imran [3]: 139).



PERSEMBAHAN

Saya persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang senantiasa ikhlas membantu dan mendukung saya dalam setiap proses perjalanan saya menyelesaikan skripsi ini. Saya persembahkan skripsi ini kepada

1. Orang tua yang saya sayangi, terutama kepada Nenekku Sri Mujiati, Ibunda Wakini, dan Ayahanda Edi Puji Wahono selaku orang tua kandungku yang telah senantiasa menyayangiku dan membimbingku serta mangajarkankau arti kehidupan dan memperjuangkan hak serta kebahagiaan.
2. Saudaraku mbak Endang Ismawati, mas Hamdani Wirapraja, adek Evi Puspita Sari, yang tak pernah lelah untuk menyemangatiku dan selalu memotifasi dikala aku sedang dalam kesulitan.
3. Mas Reza Alif yang telah menemaniku serta banyak membantuku selama perjalanan kuliah.
4. Almamater tercinta Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Radn Intan Lampung di mana penulis mendapatkan ilmu serta pengalaman yang sangat luar biasa dan tempat mendewasakan diri dalam berfikir, bersikap maupun dalam bertindak.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Eva Anita Sari, lahir di Nibung pada tanggal 10 Juli 1998. Putri kedua dari dua bersaudara bapak Edi Puji Whono dan Ibu Wakini. Adapun pendidikan formal yang ditempuh oleh penulis adalah TK Pertiwi 2 Nibung Kecamatan Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur lulus tahun 2004, SDN 2 Nibung Kecamatan Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur lulus tahun 2010, SMPN Terpadu Kecamatan Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur lulus tahun 2013, SMAN 1 Pasir Sakti Kecamatan Pasir Sakti Kabupaten Lampung Timur lulus tahun 2016. Pada tahun 2016 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konsling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Selain itu, penulis juga aktif dalam berbagai bidang organisasi seperti :

1. Anggota OSIS di bidang keagamaan di SMPN Terpadu Gunung Pelindung.
2. Anggota SISPALA sebagai seksi dokumentasi pada saat sekolah di SMAN 1 Pasir Sakti.
3. Penulis juga pernah mengikuti UKM PIK SAHABAT di UIN Raden Intan Lampung.
4. Sebagai anggota PMII (Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia) rayon Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayahnya dan memberikan ilmu pengetahuan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Penerapan Konseling Individual Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri (Studi Kasus Pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung”.

Tak lupa pula sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Rasulullah panutan umat yakni Nabi agung Muhammad SAW, para sahabat, keluarga dan pengikut yang taat menjalani syariatnya.

Adapun tujuan dari skripsi ini guna memenuhi salah satu syarat untuk bisa menempuh sarjana sosial pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi (FDIK) program studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di UIN Raden Intan Lampung. Alhamdulillah skripsi ini telah selesai sesuai dengan target yang saya harapkan, dan terselesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, do’a dan partisipasi dari berbagai pihak. Maka secara khusus penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Moh. Mukri, M.Ag, selaku Rektor Universitas Negeri Raden Intan Lampung.
2. Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung beserta staf dan karyawannya.

3. Bapak Mubasit S.Ag.,MM dan Ibu Umi Aisyah, M.Pd.I selaku ketua jurusan dan sekertaris jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
4. Bapak Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA. Selaku Pembimbing I dan Bunda Dr. Fitri Ynti, MA. Selaku Pembimbing II, yang memberikan bimbingan dan menyediakan waktu konsultasi pada penulis sehingga ppenulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Leni Surya S.Psi selaku bagian kasi Bimaswat Lapas Perempuan kelas II A Bandar Lmpung yang sengan suka rela dan ikhlas memberikan informasi.
6. Sahabatku Siti Hayanah, Anita Puspita Sari, Rafikah Kholish, Riko Dia Putra, Danang Prasetyo, Eka Anggrayni, Mischa Ayu Prasilva yang senantiasa kebersamaiku dikala sedih ataupun senang dan selalu memberikan motivasi yang dapat membangkitkan semangat.
7. Sahabat kosan Asrama 5 yang selalu ada dikala susah dan senang serta sering menghibur dan memberi semangat, Islahul Husna, Dwi Rahma wati, Reni Sartika, Mbak Ariska Agustina, Mbak Diah Utami
8. Dan tak lupa pula kepada teman-teman seperjuang BKI angkatan 16 khususnya BKI A. Terimakasih atas persahabatan dan kebersamaannya selama ini.
9. Sahabat sahabati PMII rayon Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah banyak memberikan pengalaman serta ilmu yang sangat berguna.

10. Rekan-rekan KKN 234, Anisa Dwi Nova, Nur Hayati, Ari Yanto, Aldo Dwi Saputra, Luthfil Aziz yang sudah seperti keluarga sendiri yang saling menguatkan dan memberikan motivasi.

11. Bapak dan Ibu Dosen serta seluruh pegawai Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan ilmu serta motivasi kepada penulis.

Semoga amal kebaikan yang telah diberikan akan mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan serta jauh dari kesempurnaan, mengingat keterbatasan kemampuan penulis. Oleh sebab itu penulis. Oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan skripsi ini kedepan.

Akhirnya hanya kepada Allah lah kita harapkan segala keridhoanNya atas segala pengorbanan dan pengabdian kita, serta ampunanNya atas segala kekurangan dan kesalahan.

Bandar Lampung, 25 April 2020

Penulis

EVA ANITA SARI
NPM. 1641040031

DAFTAR ISI

| | |
|--------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| ABSTRAK | ii |
| SURAT PERNYATAAN | iii |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | iv |
| HALAMAN PENGESAHAN | v |
| MOTTO | vi |
| PERSEMBAHAN..... | vii |
| RIWAYAT HIDUP | viii |
| KATA PENGANTAR | ix |
| DAFTAR ISI..... | xii |
| DAFTAR TABEL..... | xv |
| DAFTAR GAMBAR..... | xvi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvii |

BAB I PENDAHULUAN

| | |
|---------------------------------|----|
| A. Penegasan Judul | 1 |
| B. Alasan Memilih Judul | 6 |
| C. Latar Belakang Masalah | 6 |
| D. Fokus Penelitian..... | 12 |
| E. Rumusan Masalah..... | 13 |
| F. Tujuan Penulisan..... | 13 |
| G. Signifikasi Penelitian..... | 13 |
| H. Metode Penelitian | 14 |

BAB II PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL DAN RASA PERCAYA DIRI

| | |
|---|----|
| A. Pengertian Penerapan Konseling Individual..... | 23 |
| 1. Pengertian Penerapan..... | 23 |
| 2. Pengertian Konseling Individual | 23 |
| B. Asas-Asas Bimbingan dan Konseling Individual..... | 24 |
| C. Tujuan Konseling Individual | 31 |
| D. Metode Konseling | 32 |
| E. Pendekatan dan Teknik Konseling Individual..... | 35 |
| 1. Pendekatan <i>Behavior</i> dalam Layanan Konseling Individual..... | 35 |
| 2. Tujuan Pendekatan <i>Behavior</i> | 36 |
| 3. Teknik Pendekatan <i>Behavior</i> | 37 |
| 4. Teknik-Teknik Konseling Individual..... | 37 |
| F. Tahapan Konseling Individual | 52 |
| G. Percaya Diri | 57 |
| 1. Pengertian Percaya Diri | 57 |
| 2. Factor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri | 59 |
| 3. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri | 60 |
| H. Kepribadian Individu | 63 |

| | |
|--------------------------------|----|
| 1. Pengertian Kepribadian..... | 63 |
| 2. Gangguan Kepribadian | 63 |
| 3. Kebutuhan Individu | 63 |
| I. Kajian Pustaka..... | 64 |

BAB III PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL OADA LEMBAGA PEMASYARAKATAN PEREPUAN KELAS IIA BANDAR LAMPUNG

| | |
|--|----|
| A. Gambaran Umum Lembaga pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung..... | 69 |
| 1. Profil Lapas Perempuan kelas IIA Bandar Lampung | 69 |
| 2. Motto, Visi dan Misi Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung | 70 |
| 3. Maklumat Pelayanan..... | 71 |
| 4. Tugas Pokok dan Fungsi Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung | 72 |
| 5. Struktur Organisasi Lembaga Pemasyarakatan Perempuan..... | 73 |
| 6. Struktur Organisasi dalam Tugas dan Fungsi | 74 |
| 7. Program Pencapaian..... | 76 |
| 8. Tujuan Lembaga Pemasyarakatan..... | 78 |
| 9. Sistem Pembinaan Terpadu..... | 79 |
| 10. Daftar Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung | 79 |
| B. Penerapan Layanan Konseling Individual dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri WBP di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung | 80 |
| 1. Latar Belakang Terjadinya Kasus Pembunuhan Pada Warga Binaan Pemasyarakatan “SI dan DM” | 80 |
| 2. Kondisi Psikologis Warga Binaan Pemasyarakatan Sebelum Mendapatkan Layanan Konseling Individual | 82 |
| 3. Metode Penanganan WBP Kasus Pembunuhan dan Narkoba Yang Mengalami Penurunan Harga Diri di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung | 85 |
| 4. Tahapan Layanan Konseling Individual Pada WBP di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung | 87 |
| 5. Hasil Layanan Konseling Individual Pada WBP Yang Mengalami Penurunan Harga Diri di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung | 95 |

BAB IV PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL DALAM MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN

101

BAB V PENUTUP

| | |
|---------------------|-----|
| A. Kesimpulan | 110 |
| B. Saran | 111 |

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara

Lampiran 2. Pedoman Dokumentasi

Lampiran 3. Pedoman Observasi

Lampiran 4. Dokumen Pendukung (foto)



DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1. Warga Binaan berdasarkan jenis Kejahatan..... | 79 |
| Table 2. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Pendekata <i>Behavior</i> | 89 |



DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 1. Struktur Kepengurusan Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung 2020 | 73 |
|---|----|



DAFTAR LAMPIRAN

- 1. Surat Izin Penelitian Kesbangpol**
- 2. Surat Izin Penelitian Kementrian Hukum dan Hak Asasi Manusia
RI Kantorl Wilayah Lampung**
- 3. Surat Keterangan Telah Selesai Melakukan Penelitian di Le,baga
Pemasyarakatan Kelas IIA Bandar Lampng**



BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk lebih mempertegas judul dalam penelitian ini maka peneliti akan menjelaskan terlebih dahulu tentang istilah-istilah yang terkandung dalam judul **“Penerapan Konseling Individual dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri (Studi Kasus Pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung)”** agar menghindari kesalahpahaman dalam memahami istilah yang ada di dalam penelitian tersebut, maka perlu ditegaskan beberapa istilah yang dimaksud dalam judul tersebut.

Penerapan ialah suatu cara untuk membimbing atau mendidik dalam hal mempraktekan atau mengaplikasikan suatu ilmu yang sesuai dengan bidang atau ilmu yang dikuasainya.¹

Penerapan yang dimaksud penulis adalah sebagai sebuah cara yang digunakan oleh konselor untuk melakukan konseling individual kepada konseli, atau dapat juga diartikan sebagai penggunaan sebuah teori yang kemudian diaplikasikan kepada konseli dalam sebuah layanan konseling.

Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada

¹ Muhammad Ali, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Modern* (Jakarta : Pustaka Amani, 2013), h.296

teratasinya masalah yang dihadapi klien². Adapun definisi lain mengatakan bahwa konseling individual yaitu pertemuan antara konselor dengan seorang klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapor, dan konselor berupaya memberi bantuan untuk mengembangkan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi permasalahan yang sedang dihadapi.³

Dari pengertian di atas, konseling individual yang dimaksud oleh penulis ialah pertemuan antara dua orang yang saling bertatap muka yaitu konselor dengan konseli yang sedang menjalani proses konseling dengan tujuan dapat membantu mengentaskan masalah konseli dapat memandirikan konseli dalam menghadapi masalah yang ada pada dirinya.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia meningkatkan berasal dari kata tingkat yang berarti susunan yang berlapis. Sedangkan meningkatkan yakni menaikkan, menambah, mempertinggi, dan mengangkat diri.⁴

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.⁵

² Prof.Dr.H.Prayitno,Msc.Ed., Drs.Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2015), h.105

³ Sofyan S. Willis, *konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : CV Alfabeta, 2014), h. 159

⁴ Tim Penyusun Pusat Dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta:Balai Pustaka, 1989), Hlm.950

⁵ Asrullah Syam, Amri, “Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa ”, *Jurnal Biotek*, Vol 5 No 1(Juni 2017), h. 91

Menurut Jacinta F.Rini dalam buku Tina Afriatin dan Sri Mulyani dari tim psikologi rasa percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.⁶

Berdasarkan pengertian di atas yang dimaksud dengan percaya diri adalah suatu keyakinan pada diri sendiri bahwa dirinya mempunyai kemampuan atau potensi. Faktor dari dalam diri individu (diri sendiri) sangat penting, karena sangat dibutuhkan untuk mencapai tujuan hidup.

Warga Binaan Pemasyarakatan yang dikenal oleh masyarakat luas adalah sebagai Narapidana. Sesuai dengan pasal 1 Undang-Undang nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan menjelaskan bahwa Warga Binaan Pemasyarakatan adalah Narapidana, Anak Didik Pemasyarakatan, dan Klien Pemasyarakatan.⁷

Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung merupakan salah satu Unit Pelaksana Teknis (UPT) pada jajaran Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Wilayah Lampung yang berada di Jl. Ryacudu Way Hui Kecamatan Sukarame, Bandar Lampung. Gedung Lembaga Pemasyarakatan yang didirikan berdasarkan Keputusan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia

⁶ Tina Afriatin, Dan Sri Mulyani Martinah, *Peningkatan Rasa Percaya Diri*, (Yogyakarta Ugm, Jurnal Psikologika, Vol. IX, 2000) Hlm. 66

⁷ Pengertian Warga Binaan Pemasyarakatan (Online), tersedia di <http://repository.unpas.ac.id/14819/4/BAB%20II.pdf>, diakses pada 25 Februari 2020.

Republik Indonesia Nomor M.03-PR.07.03 Tahun 2007 Tanggal 23 Februari 2007 yang berdiri di atas area lahan seluas 25000 m².⁸

Warga binaan pemasyarakatan pada umumnya ketika ia masuk ke dalam tahanan mereka pasti akan mengalami stres sehingga akan mengalami perasaan ketidakpercayaan terhadap dirinya sendiri. Hal ini merupakan sesuatu kejadian yang wajar yang pasti akan dialami oleh para tahanan yang pertama kali masuk ke dalam tahanan, namun seiring berjalannya waktu mereka dapat beradaptasi dengan lingkungan serta dapat menerima kenyataan serta kesalahan yang dilakukan.

Namun pada penelitian yang dilakukan, peneliti mendapatkan dua warga binaan pemasyarakatan dengan kasus pembunuhan dan kasus narkoba yang memiliki rasa rendah diri terhadap dirinya. Rasa rendah diri yang dialami oleh warga binaan pemasyarakatan tersebut ialah ia merasa bahwa tindak kejahatan yang ia lakukan merupakan suatu kejahatan yang tidak dapat dimaafkan sehingga ia tidak bisa memaafkan dirinya sendiri. Hal ini terjadi karena dampak dari kejahatan yang ia lakukan tidak hanya berdampak pada dirinya melainkan pada keluarganya juga.

Berdasarkan penjelasan dari istilah di atas, maka yang dimaksud dari judul penelitian ini “Penerapan Konseling Individual dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri (Studi Kasus Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung” adalah untuk mengkaji suatu penerapan konseling individual yang dilakukan oleh

⁸ Leni Surya, Wawancara Dengan Petugas Lapas Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung, 20 April 2020

pihak Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung dalam meningkatkan rasa kepercayaan diri Warga Binaan Pemasyarakatan yang pada umumnya mereka kehilangan rasa percaya diri terhadap diri sendiri dikarenakan merasa malu sehingga membuat dirinya tertekan dengan keadaannya saat ini.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap Warga Pembinaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung agar Warga Binaan Pemasyarakatan mampu mengaktualisasikan dirinya dan dapat bersosialisasi dengan lingkungan sekitar pada umumnya.

B. Alasan memilih judul

Ada beberapa alasan yang melatarbelakangi sehingga penelitian ini dilakukan, diantaranya adalah :

1. Rasa percaya diri khususnya pada warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung sering mengalami stres dan penurunan rasa percaya diri. Meskipun banyak yang mengalami rasa tidak percaya diri, namun ada dua Warga Binaan Pemasyarakatan yang memang benar-benar menarik diri dari lingkungan dan susah untuk beradaptasi serta tidak mau mengikuti kegiatan yang ada di Lapas.
2. Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi penulis khususnya dan pembaca tentang konseling individu untuk meningkatkan

rasa percaya diri pada warga binaan Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung

3. Alasan penulis melakukan penelitian ini karena sesuai dengan jurusan yang diambil serta sesuai dengan bidang yang dikuasai. Dan dalam mendapatkan data lebih mudah dan terjangkau.

C. Latar Belakang Masalah

Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien⁹.

Konseling individual ini juga dapat dikatakan sebagai konseling pribadi, yang artinya bahwa konseling pribadi adalah hubungan satu-satu yang melibatkan seorang konselor terlatih dan berfokus kesejumlah aspek penyesuaian diri klien, perkembangannya atau kebutuhannya bagi pengambilan keputusan. Proses ini menyediakan landasan yang kuat bagi relasi dan komunikasi yang diatasnya klien dapat mengembangkan sebuah pemahaman, mengeksplorasi kemungkinan, dan terdorong melakukan sejumlah perubahan.¹⁰

Rasa percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap

⁹ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2015), h.105

¹⁰ Robert L. Gibson, Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011), h. 205

diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.¹¹ Konsep dari kepercayaan pada diri sendiri yaitu yakin akan kemampuan yang ada pada diri sendiri sehingga tidak terpengaruh oleh kehendak orang lain dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.¹²

Warga Binaan bukan saja objek melainkan juga subyek yang tidak berbeda dari manusia lainnya yang sewaktu-waktu dapat melakukan kesalahan atau kekhilafan yang dapat dikenakan sanksi pidana sehingga tidak harus diberantas, yang harus diberantas adalah faktor-faktor yang dapat menyebabkan narapidana berbuat hal-hal yang bertentangan dengan hukum, kesusilaan, agama, atau kewajiban-kewajiban sosial lain yang dapat dikenakan sanksi pidana. Dwidja Priyanto mengemukakan pengertian pemidanaan, bahwa:

“Pemidanaan adalah upaya untuk menyadarkan warga binaan agar menyesali perbuatannya, dan mengembalikannya menjadi warga masyarakat yang baik, taat kepada hukum, menjunjung tinggi nilai-nilai moral, sosial dan keagamaan, sehingga tercapai kehidupan masyarakat yang aman, tertib dan damai.”¹³

Namun pada kenyataannya dari hasil observasi dan wawancara dengan salah seorang Warga Binaan Pemasyarakatan yang tidak mempunyai rasa percaya diri pada dirinya sendiri, ia selalu merasa bahwa ia adalah wanita

¹¹ Tina Afiatin, Dan Sri Mulyani Martinah, *Peningkatan Rasa Percaya Diri*, (Yogyakarta Ugm, Jurnal Psikologika, Vol. IX, 2000) Hlm. 66

¹² Asrullah Syam, Amri, “Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa”, *Jurnal Biotek*, Vol 5 No 1 (Juni 2017), h. 91

¹³ Pengertian Warga Binaan Pemasyarakatan (Online), tersedia di <http://repository.unpas.ac.id/14819/4/BAB%20II.pdf>, diakses pada 25 Februari 2020.

yang gagal dalam memberikan contoh yang baik untuk anaknya dan mempermalkan keluarga. Dengan demikian ia selalu mempunyai pemikiran yang irasional terhadap dirinya sendiri.¹⁴

Wanita yang menjalani hukuman dalam Lapas sebagai seorang Warga Binaan Pemasyarakatan pasti akan berdampak pada psikologisnya, karena seorang wanita yang mengalami tekanan pada jiwanya secara tidak langsung kepribadiannya juga akan terganggu, mereka akan mengalami stres yang cukup berat karena ia merasa bahwa ketika ia hidup di dalam lembaga pemasyarakatan sebagai seorang narapidana ia akan merasa bahwa orang-orang yang berada di sekitarnya memandang dirinya rendah dan martabat serta nama baiknya akan rusak.

Kemudian selain hal tersebut adapun tekanan dari pihak penjaga Lapas yang sering mengawasinya akan membuatnya merasa ruang geraknya sangat sempit sehingga ia merasa tidak aman, kurang nyaman, sering merasa dicurigai dan tidak bisa berbuat apa-apa. Hal yang seperti ini justru akan membuat kejiwaannya terganggu dan akan mengalami penurunan rasa percaya dirinya.

Berdasarkan wawancara dengan pengawas kepribadian Warga Binaan Pemasyarakatan Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung, ada beberapa Warga Binaan Pemasyarakatan dengan kasus sebagai pengedar narkoba dan pelaku pembunuhan yang memiliki pemikiran irasional, pemikiran irrasional yang dimaksud di sini yaitu ia merasa bahwa ia

¹⁴ *Observasi Penulis*, di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung, 20 November 2019

adalah seorang wanita yang gagal menjadi ibu yang baik untuk mendidik anaknya dan tidak dapat memberikan pelajaran serta contoh yang baik kepada anaknya. Selain itu ia juga berfikir bahwa sudah tidak dianggap lagi di lingkungan masyarakat ketika bebas dari Lapas.¹⁵

Terutama pada Lembaga Pemasyarakatan Perempuan kelas II A Bandar Lampung, ada beberapa Warga Binaan Pemasyarakatan yang mengalami permasalahan yaitu kurangnya rasa percaya diri, permasalahan ini muncul saat awal ia terima keputusan pengadilan tentang hukuman yang akan ia jalani, dalam kondisi yang seperti ini sebenarnya ia sangat membutuhkan dukungan keluarga, namun pada kenyataannya masih ada keluarga ataupun orang yang disekelilingnya menjauhinya lantaran ia sudah berbuat kejahatan.

Penyesuaian diri dalam kehidupan di Lapas juga sangat mempengaruhi keadaan psikologinya, ia merasa kehilangan kebebasannya, keluarganya dan lain sebagainya, dengan keadaan yang seperti ini maka akan memunculkan depresi dan stres karena ia sangat terpuruk dan tidak ada yang mendukungnya.

Terkait dengan penyesuaian diri seseorang, harga diri merupakan aspek atau konsep diri yang ada dalam setiap diri manusia dan harga diri tersebut tentunya berbeda antara satu orang dengan orang lainnya. Bagi seorang yang sudah divonis hukuman penjara melalui proses peradilan, tentunya akan mengalami sebuah perubahan yang besar, baik dari lingkungan, peran dan aktivitas selama ditahan. Semua perubahan tersebut akan membuat

¹⁵ Leni Surya, Wawancara Dengan Penulis , 20 November 2019

narapidana menurun harga dirinya. Dan pada akhirnya harga diri yang menurun tersebut akan dapat mempengaruhi respon stres seseorang khususnya bagi Warga Binaan Pemasyarakatan.

Berangkat dari pernyataan di atas konsep manusia sebagai makhluk sosial dipertegas dengan beberapa pernyataan al-qur'an yang menegaskan tentang saling membantu dalam kebaikan (QS. Al-Maidah : 2).

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ

إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

“Artinya :.....Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya.” (QS.Al-Maidah :2)

Berdasarkan ayat tersebut maka dapat dijelaskan bahwa, setiap manusia itu mempunyai potensi yang ada dalam dirinya. manusia yang pernah melakukan kejahatan tidak selamanya ia akan berperilaku jahat asalkan ia mendapatkan bimbingan dan arahan dengan baik maka ia akan kembali kepada fitrah manusia yang sesungguhnya yaitu menyadari tentang tugas dan tanggung jawab manusia dan menyeru kepada agama Allah.

Selain ayat tersebut dalam Al-qur'an dijelaskan juga bahwa manusia mempunyai potensi untuk merubahnya, yaitu pada surat (Ar-Ra'd: 11).

لَهُ مُعَقِّبَتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ تَحْفَظُونَهُ مِّنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۖ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۚ وَمَا لَهُم مِّنْ دُونِهِ ۚ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya : Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merobah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merobah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia. (QS. Ar-Ra'd : 11).

Berdasarkan ayat tersebut terdapat firman Allah yang artinya “sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada dirinya” dalam kalimat ini mempunyai arti bahwasanya manusia itu punya potensi untuk merubah keadaan dirinya. oleh sebab itu manusia sebagai makhluk sosial yang harus saling tolong menolong maka di sinilah tugas seorang konselor berperan untuk membantu sesamanya agar dapat merubah keadaannya yang lebih baik, yaitu dengan memberikan motivasi dan dorongan kepada warga binaan pemasyarakatan agar tidak menyerah dengan keadaan yang saat ini ia alami.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individual ini cocok menggunakan teori *Behavior*. Kemudian tujuan dari pendekatan teori *Behavior* ini adalah untuk memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptif, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan.¹⁶

¹⁶ *Ibid.*, h. 197

Jadi pada skripsi ini peneliti menggunakan layanan konseling individual dengan pendekatan *Behavior* agar Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung tidak lagi memiliki pemikiran yang irrasional serta dapat mengubah sikap dan perilakunya yang buruk sehingga lebih mampu meningkatkan rasa percaya diri pada dirinya sendiri.

D. Fokus Penelitian

Untuk menghindari pembahasan yang meluas maka penelitian ini difokuskan pada kegiatan penerapan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri Warga Binaan Pemasyarakatan yang mempunyai rasa rendah diri di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

Bagaimana penerapan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri pada Warga Binaan Pemasyarakatan yang ditangani oleh Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Bandar Lampung ?

F. Tujuan Penulisan

Agar penelitian ini dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan yang diinginkan, maka tujuan penelitian ini dilakukan untuk :

Mengetahui penerapan konseling individu dalam meningkatkan rasa percaya diri pada warga binaan yang ditangani oleh Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung.

G. Signifikasi Penelitian

1. Secara Teoritis

- a. Diharapkan dari penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan tentang penerapan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri pada warga binaan yang mengalami stresor dan mempunyai pikiran yang irasional.

2. Secara Praktis

- a. Sebagai masukan bagi para konselor untuk meningkatkan keterampilan layanan konseling individual dalam membantu dan mengentaskan permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli.
- b. Selanjutnya penulis dapat menambah pengetahuan ilmu tentang bagaimana cara membantu menyelesaikan masalah meningkatkan rasa percaya diri melalui konseling individu.

H. Metode Penelitian

Dalam melakukan sebuah penelitian metode merupakan aspek penting yang harus ada di dalam penelitian, berikut akan dijelaskan metode yang berkaitan dalam penelitian, yaitu :

1. Pendekatan dan Prosedur Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode studi kasus (*case study*), Moh.Nazir mengutip dari F.N. Maxfield

menjelaskan bahwa penelitian studi kasus ini adalah penelitian status subjek penelitian yang berkenaan dengan suatu fase spesifik atau khas dari keseluruhan personalitas. Subjek penelitian dapat saja individu, kelompok, lembaga maupun masyarakat. Dan tujuan dari studi kasus itu sendiri adalah untuk memberikan gambaran secara detail tentang latar belakang, sifat-sifat serta karakter-karakter yang khas dari kasus, ataupun status dari individu yang kemudian dari sifat di atas akan dijadikan suatu hal yang bersifat umum.¹⁷

Dalam penelitian ini data studi kasus diperoleh dari semua pihak yang bersangkutan, dengan kata lain dalam studi ini data yang dikumpulkan yaitu dari berbagai sumber dan langsung dari objek penelitian yaitu di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung mengenai penerapan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri pada warga binaan.

Dilihat dari segi tempat pelaksanaannya, penelitian ini termasuk ke dalam (*field research*) yaitu penelitian lapangan. Penelitian lapangan ini berlangsung di masyarakat atau lapangan.¹⁸ Yang berarti terjun langsung ke tempat penelitiannya dan melihat secara langsung.

Dalam prosesnya, penelitian ini mengangkat permasalahan sesuai data yang ada di lapangan, khususnya mengenai penerapan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri pada warga binaan

¹⁷ Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2009), h 57

¹⁸ Kris, Timotius, *Pengantar Metodologi Penelitian Pendekatan Manajemen Pengetahuan Untuk Perkembangan Pengetahuan*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2017), h. 13.

pemasyarakatan. Lokasi penelitian adalah di Lembaga Peasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung.

Sifat penelitian ini adalah deskriptif, metode deskriptif merupakan suatu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.¹⁹ Penelitian deskriptif ini digunakan untuk menggambarkan populasi yang sedang diteliti.

2. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan desain penelitian deskriptif kualitatif, format deskriptif kualitatif pada umumnya dilakukan pada penelitian dalam bentuk studi kasus. Format penelitian studi kasus tidak memiliki ciri seperti air (menyebar kepermukaan), tetapi memusatkan diri pada suatu unit tertentu dari berbagai fenomena, dari ciri yang demikian memungkinkan studi ini memiliki kedalaman data yang menjadi pertimbangan penelitian model ini.²⁰

Pada cirinya yang lain, deskriptif kualitatif studi kasus merupakan penelitian *eksplorasi* dan memainkan peran yang amat penting dalam menciptakan hipotesis atau pemahaman orang tentang berbagai variabel sosial. Dengan demikian, format deskriptif kualitatif lebih tepat apabila

¹⁹ *Ibid.*, h. 54

²⁰ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2007), h, 68

digunakan untuk meneliti masalah-masalah yang membutuhkan studi mendalam.²¹

3. Partisipan Dan Tempat Penelitian

Dalam menentukan besarnya sampel yang akan diteliti, dalam penelitian ini peneliti menggunakan *Purposive Sample*, yaitu cara mengambil subjek bukan berdasarkan atas strata, random atau daerah tapi berdasarkan atas tujuan, pertimbangan, ciri-ciri, sifat atau karakteristik tertentu.²² Yang menjadi partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang konselor yang bertugas untuk memberikan layanan konseling, petugas Lembaga Pemasyarakatan Perempuan sebagai informan, dan dua Warga Binaan Pemasyarakatan yang mengalami rasa rendah diri dan menarik diri dari lingkungan. Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara langsung ketika praktek magang di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung.

4. Prosedur Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang sesuai, maka peneliti menggunakan beberapa metode untuk memperoleh data-data yang benar dan lengkap. Metode yang digunakan diantaranya ialah :

a. Metode wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan

²¹ *Ibid.*, h. 69

²² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2014), h 183

permasalahan yang harus diteliti, dan apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit.²³

Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik wawancara bebas terpimpin, yang artinya ialah kombinasi antara wawancara bebas terpimpin. Jadi pewawancara hanya membuat pokok-pokok masalah yang akan diteliti, selanjutnya dalam proses wawancara berlangsung mengikuti situasi pewawancara harus pandai mengarahkan yang diwawancarai apabila ternyata ia menyimpang.²⁴

Karakteristik utama dari wawancara ini ialah dilakukan secara bertahap dan pewawancara tidak harus terlibat dalam kehidupan sosial informan. Sistem datang dan pergi dalam wawancara ini mempunyai keandalan dalam mengembangkan objek-objek baru dalam wawancara berikutnya karena pewawancara mempunyai waktu yang panjang di luar informan untuk menganalisis hasil wawancara yang telah dilakukan serta dapat mengoreksinya.²⁵

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti adalah menggali sesuatu yang berkaitan dengan pengalaman konselor dalam melakukan konseling, pendapat serta tanggapan konseli terhadap layanan

²³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h.137

²⁴ Chalid Narbuko, Abu Achmadi, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h. 85

²⁵ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2007), h, 113

konseling, dan perubahan perasaan konseli setelah konseling. Melalui metode ini, memperoleh data sebagai berikut:

- 1) Alur pelayanan konseling bagi Warga Binaan Pemasyarakatan yang mempunyai pemikiran rasa rendah diri terhadap dirinya sendiri.
- 2) Teknik pelaksanaan konseling terhadap Warga Binaan Pemasyarakatan yang mempunyai pemikiran irasional dan rasa rendah diri terhadap dirinya sendiri.
- 3) Pendekatan konseling yang dilakukan oleh konselor.
- 4) Pendapat serta tanggapan konseli terhadap layanan yang diberikan oleh konselor dalam layanan konseling
- 5) Perubahan perasaan yang dirasakan oleh konseli
- 6) Pendapat konseli tentang kemampuan konselor dalam membantu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya.

b. Observasi

Metode observasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis gejala-gejala yang diselidiki.²⁶ Observasi ini merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis.²⁷ Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan apabila penelitian berkaitan dengan perilaku manusia, proses kerja, dan gejala alam.

²⁶ Chalid Narbuko, Abu Achmadi, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h. 70.

²⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h. 145

Metode observasi ini ada dua jenis, yaitu observasi partisipan dan observasi non partisipan.

1) Observasi Berperan Serta (*Participant Observation*)

Dalam proses observasi ini, peneliti terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian. Sambil melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data, dan ikut merasakan suka-dukannya. Dengan observasi partisipan ini maka data yang diperoleh akan lebih lengkap, tajam, dan sampai mengetahui pada tingkat makna dan setiap perilaku yang nampak.²⁸

2) Observasi Nonpartisipan

Observasi nonpartisipan ini adalah observer tidak terlibat secara langsung atau tidak berpartisipasi dalam aktivitas yang sedang dilakukan oleh observee.²⁹

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi non partisipan, dalam observasi ini peneliti tidak terlibat secara langsung dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian. Peneliti tidak berperan aktif dalam kegiatan yang dilakukan oleh subjek terkait penelitian yang dilakukan. Dari metode observasi ini peneliti memperoleh data:

176 ²⁸ Chalid Narbuko, Abu Achmadi, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h.

²⁹ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), h. 71

- a) Kegiatan yang dilaksanakan oleh Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung.
- b) Media atau sarana yang digunakan dalam proses konseling oleh Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung.
- c) Perilaku Konseli sebelum dan sesudah menerima layanan konseling individual.

3) Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Hasil penelitian dari observasi atau wawancara, akan lebih kredibel atau dapat dipercaya kalau didukung oleh sejarah pribadi kehidupan di masa kecil, di sekolah, di tempat kerja, di masyarakat, dan autobiografi.³⁰

5. Prosedur Analisis Data

Analisis data ialah rangkaian kegiatan penelaahan, pengelompokan, sistematis, penafsiran, dan verifikasi data agar sebuah fenomena memiliki nilai sosial, akademis dan ilmiah. Analisis data juga disebut pengolahan data dan penafsiran data.³¹

Setelah proses pengumpulan data dilakukan, proses selanjutnya adalah melakukan analisis data. Analisis data ini merupakan proses mencari dan menyusun atur secara sistematis catatan temuan penelitian melalui

³⁰ *Ibid.*, h. 240

³¹ Etta Mamang Sungadji, Sopiah, *Metodologi Penelitian Pendekatan Praktis dalam Penelitian*, (Yogyakarta: Andi, 2010), h. 198

pengamatan, wawancara dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang fokus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan untuk orang lain, mengedit, mengklarifikasi, mereduksi dan menyajikannya³²

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan strategi analisis kualitatif. Strategi kualitatif ini umumnya tidak digunakan sebagai alat mencari data dalam arti frekuensi akan tetapi digunakan untuk menganalisis proses sosial yang berlangsung dan makna dari fakta-fakta yang tampak dipermukaan itu.³³ Di sini peneliti mengikuti langkah-langkah Miles dan Huberman yaitu: “pengumpulan data, Reduksi data, display data, dan pengambilan kesimpulan dan verifikasi.” Dari keempat komponen ini saling berinteraksi dan membentuk suatu siklus analisis penelitian sebagai berikut:

a. Pengumpulan Data

Ketika proses pengumpulan data, khususnya data wawancara, Data yang berhasil dikumpulkan dicatat dan direkam kemudian diberi kode untuk mempermudah saat analisis data.³⁴

b. Reduksi Data

Reduksi data merupakan merangkum kembali catatan lapangan, memilih hal-hal pokok, dengan lebih memfokuskan kepada hal-hal yang penting, dengan demikian data yang telah direduksi akan

³² Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta : RajaGrafindo Persada 2016), h. 25

³³ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif Komunikasi Ekonomi Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2007), h. 148

³⁴ Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta : RajaGrafindo Persada 2016), h. 145

memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.³⁵

c. Display Data

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam hal ini Tohirin mengutip dari Miles and Huberman menyatakan *“the most frequent form of display data for qualitative reserch data in the past has been narative text.* Yang artinya adalah: yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Dengan mendisplay data maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami.³⁶

d. Verifikasi

Langkah ke empat dalam analisis kualitatif yaitu verifikasi dan penarikan kesimpulan. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada, temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas.³⁷

³⁵ Sugioyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2018), h. 135

³⁶ *Ibid.*, h. 137

³⁷ *Ibid.*, h. 142



BAB II

PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL DAN PERCAYA DIRI

A. Penerapan Konseling Individu

1. Pengertian Penerapan

Penerapan ialah suatu cara untuk membimbing atau mendidik dalam hal mempraktekan atau mengaplikasikan suatu ilmu yang sesuai dengan bidang atau ilmu yang dikuasainya.¹

Penerapan yang dimaksud di sini adalah cara yang digunakan oleh konselor dalam mengaplikasikan layanan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri konseli.

2. Pengertian Konseling Individual

Konseling individual mempunyai makna spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.²

Dalam buku dasar-dasar bimbingan konseling karya Prayitno dan Erman Amti menyatakan bahwa konseling individual atau konseling perorang merupakan salah satu bagian dari konseling. Yang berarti bahwa konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli atau disebut sebagai

¹ Muhammad Ali, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Modern* (Jakarta : Pustaka Amani, 2013), h.296

² Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h. 158-159

konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.³

Dari pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa konseling individual adalah suatu proses pemberian bantuan dari seorang ahli atau disebut sebagai konselor kepada konseli untuk meningkatkan atau perubahan dalam diri klien menjadi lebih baik dan menjadi pribadi yang lebih mandiri serta dapat mengatasi masalahnya.

Berdasarkan bebrapa teori di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa, penerapan konseling individual adalah suatu kegiatan yang mengaplikasikan sebuah teori dan pendekatan layanan konseling individual pada kegiatan konseling.

B. Asas-Asas Bimbingan dan Konseling

Pelayanan bimbingan dan konseling adalah pekerjaan profesional. Sesuai dengan makna uraian tentang pemahaman, penanganan dan penyikapan (yang meliputi unsur-unsur kognisi, afeksi dan perlakuan) konselor terhadap kasus, pekerjaan profesional itu harus dilaksanakan dengan mengikuti kaidah-kaidah yang menjamin efisien dan efektivitas proses dan lain-lainnya. Asas asas yang dimaksud adalah sebagai berikut.⁴

1. Asas kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibicarakan klien kepada konselor tidak boleh disampaikan kepada orang lain. Asas kerahasiaan ini sangat sesuai dengan

³ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2015), h. 105

⁴ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2015), h. 114-120

ajaran islam, dalam islam sangat dilarang seseorang menceritakan aib atau keburukan orang lain, bahkan islam juga mengancam bagi orang-orang yang suka membuka aib saudaranya diibaratkan memakan bangkai daging saudaranya sendiri.⁵ Hal ini telah ditegaskan dalam Al-Qur'an surat (An Nur [24] 19:

إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ ءَامَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ۚ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿١٩﴾

“Sesungguhnya orang-orang yang ingin agar (berita) perbuatan yang Amat keji itu tersiar di kalangan orang-orang yang beriman, bagi mereka azab yang pedih di dunia dan di akhirat. dan Allah mengetahui, sedang, kamu tidak mengetahui”.⁶

Dalam asas kerahasiaan ini konselor dituntut untuk menjaga segala sesuatu yang terjadi pada klien. Kenapa asas kerahasiaan ini sangat penting, karena dalam proses konsling asas kerahasiaan adalah suatu keharusan yang dijaga demi kenyamanan klien dan membangun kepercayaan klien.

2. Asas kesukarelaan

Proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak si terbimbing atau klien, maupun dari pihak konselor. Jadi diantara keduanya tidak ada saling keterpaksaan sehingga proses konseling berjalan dengan baik.⁷

⁵ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2013), h. 80-81

⁶ Al-Quran Al-Karim dan Terjemahannya Departemen Agama RI, (Semarang, PT : Karya Putra Toha Semarang, 2002), h. 351

⁷ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2015), h. 116

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa dalam proses konseling ini tidak ada unsur keterpaksaan antara konseli dengan konselor. Karena dengan adanya asas kesukarelaan antara konseli dengan konselor proses konseling akan berjalan dengan baik dan nyaman.

3. Asas keterbukaan

Dalam pelaksanaan bimbingan konseling sangat diperlukan asas keterbukaan, baik keterbukaan dari konselor maupun keterbukaan dari klien. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, malahan lebih dari itu, diharapkan masing-masing pihak yang bersangkutan bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah individu.⁸

Asas keterbukaan yang dimaksud adalah konseli harus terbuka dengan konselor apa yang sedang mengganggu dalam pikirannya, begitu juga dengan konselor juga harus bisa terbuka kepada konseli dalam menyampaikan pendapat serta terbuka untuk menerimanya.

4. Asas kemandirian

Dalam memberikan pra tugas bimbingan dan konseling hendaklah selalu berusaha menghidupkan kemandirian pada diri orang yang dibimbing, pelayanan bimbingan dan konseling bertujuan menjadikan si terbimbing dapat berdiri sendiri, tidak terdantung pada orang lain atau tergantung pada konselor.⁹

⁸ *Ibid.*, h. 116

⁹ Dewa Ketut Sukardi, Desak, Nila Kusumawati, *Proses Bimbingan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 16

Pada asas kemandirian ini konselor berusaha semaksimal mungkin agar konseli yang dibimbingnya dapat menjadi pribadi yang lebih mandiri, mandiri di sini mempunyai arti konseli setelah mendapatkan layanan konseling konseli bisa menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bergantung dengan konselor.

5. Asas kegiatan

Usaha bimbingan dan konseling dan konseling tidak akan memberikan buah yang berarti bila klien tidak melakukan sendiri kegiatan dalam mencapai tujuan bimbingan konseling. Asas ini juga bermakna bahwa masalah konseli tidak akan terpecahkan apabila siswa tidak melakukan kegiatan seperti yang dibicarakan dalam konseling.¹⁰

Untuk asas kegiatan yang dimaksud di sini adalah, konseli dapat melakukan tugas yang sebelumnya telah dibicarakan pada saat konseling. Dan tugas ini bertujuan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami oleh konseli. Namun jika pada asas kegiatan ini konseli tidak melaksanakan tugasnya maka layanan konseling tidak akan membuahkan hasil yang baik.

6. Asas kedinamisan

Usaha pelayanan bimbingan dan konseling menghendaki terjadinya perubahan pada diri klien, yaitu perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik. Perubahan itu tidaklah sekedar mengulang hal yang lama, yang bersifat monoton, melainkan perubahan yang selalu menuju sesuatu

¹⁰ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2013), h. 83-84.

pembaruan , sesuatu yang lebih maju, dinamis sesuai arah perkembangan klien yang dikehendaki.¹¹

Pada asas ini konselor selalu berusaha agar konseli dapat melakukan perubahan yang lebih baik dari sebelumnya. Konseli dapat memberikan perubahan pada dirinya sesuai dengan perkembangan yang ia butuhkan.

7. Asas keterpaduan

Pelayanan bimbingan dan konseling berusaha memadukan sebagai aspek kepribadian klien. Selain keterpaduan pada diri klien, juga harus memperhatikan keterpaduan isi dan proses layanan yang diberikan.¹²

Asas keterpaduan yang dimaksud di sini adalah, konselor dalam melakukan layanan konseling ia berusaha memadukan dengan kepribadian konseli. Hal ini dilakukan agar dalam memberikan suatu layanan konseling sesuai dengan pribadi konseli.

8. Asas kenormatifan

Usaha bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku, baik ditinjau dari norma agama, norma adat, norma hukum/negara, norma ilmu, maupun kebiasaan sehari-hari. Asas kenormatifan ini diterapkan terhadap isi maupun proses penyelenggaraan bimbingan dan konseling.¹³

Asas kenormatifan ini harus dipahami oleh konselor dalam melakukan layann konseling. Dalam asas ini ketika konselor memberikan layanan

¹¹ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2015), h. 118

¹² Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2015), h 118

¹³ *Ibid.*, h. 118

konseling tidak boleh bertentangan dengan keagamaan, adat, maupun keseharian yang telah menjadi kepercayaan dari konseli, yang berarti tidak boleh menyinggung norma-norma yang berlaku yang sudah menjadi keyakinan konseli.

9. Asas keahlian

Asas keahlian selain mengacu kepada kualifikasi konselor (misalnya pendidikan sarjana bidang bimbingan dan konseling), juga kepada pengalaman, teori dan praktik perlu dipadukan. Oleh karena itu seorang konselor harus benar-benar menguasai teori dan praktik konseling secara baik.¹⁴

Asas keahlian ini adalah, konselor yang memberikan layanan konseling kepada konseli harus yang memang mempunyai keahlian dibidangnya dan menguasai teknik konseling serta paham dengan asas-asas konseling.

10. Asas kekinian

Yaitu menghendaki agar objek sasaran layanan bimbingan dan konseling ialah permasalahan peserta didik (klien) dalam kondisinya sekarang. Layanan yang berkenaan “dengan masa depan atau kondisi masa lampau pun” dilihat dampak atau kaitannya dengan kondisi yang ada dan apa yang diperbuat sekarang.¹⁵

¹⁴ ¹⁴ Dewa Ketut Sukardi, Desak, Nila Kusumawati, *Proses Bimbingan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 19

¹⁵ Syamsu Yusuf, Juntika Nurhisn, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2016), h. 23

Pada asas ini berarti masalah dimasa depan dan masa lalu itu dijadikan sebagai latar belakang atau latar depan terhadap masalah yang sedang dihadapinya pada saat ini.

11. Alih Tangan Kasus

Yaitu menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling secara tepat dan tuntas atas suatu permasalahan peserta didik (klien) mengalih tangankan permasalahan itu kepada pihak yang lebih ahli.¹⁶

Asas alih tangan kasus yaitu, ketika konselor sudah tidak sanggup lagi untuk menangani konseli, maka tidak boleh dipaksakan untuk tetap menangani konseli, melainkan harus dialih tangankan kepada pihak yang lebih ahli. Misalkan Psikolog atau Psikiater.

12. Tut wuri handayani

Yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pelayanan bimbingan dan konseling secara keseluruhan dapat menciptakan suasana yang mengayomi (memberikan rasa aman), mengembangkan keteladanan, memberikan rangsangan dan dorongan serta kesempatan yang seluas-luasnya kepada peserta didik (klien) untuk maju.¹⁷

Maksud dari asas tut wuri handayani adalah, dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling konselor dapat memberikan perasaan aman dan nyaman pada konseli, selain itu konseli merasa ada yang

¹⁶ Ibid, h. 24

¹⁷ Ibid, h.24

mengayomi serta memberikan suatu dukungan agar konseli bisa lebih baik dan pemikirannya lebih maju.

C. Tujuan Konseling Individual

Sejalan dengan perkembangannya konsepsi bimbingan dan konseling, maka tujuan bimbingan dan konseling pun mengalami perubahan, dari yang sederhana sampai ke yang komperhensif. Diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Untuk membantu individu membuat pilihan-pilihan, penyesuaian-penyesuaian dan interpretasi dalam hubungannya dengan situasi tertentu.
2. Untuk membantu orang-orang menjadi insan yang berguna, tidak hanya sekedar mengikuti kegiatan-kegiatan yang berguna saja.¹⁸

Dari uraian diatas sudah sangat jelas bahwa pelayanan konseling ini memiliki tujuan yang sangat mulia, yaitu untuk membantu manusia dalam menyelesaikan masalah yang mengganggu dirinya serta membuat seseorang bisa lebih menjadi insan yang lebih baik lagi.

Tujuan konseling yang selanjutnya adalah individu mampu membantu dirinya sendiri (*self-helping*) dengan cara mengembangkan keterampilan berfikir (*thinking skils*) dan bertindak (*action skills*) sehingga dapat mengatasi masalah yang dialaminya sekarang, dan mampu mencegah terjadinya masalah dimasa depan.¹⁹

¹⁸ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2015), h. 112

¹⁹ Syamsu Yusuf, Juntika Nurhisn, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2016), h. 59

Kemudian tujuan dari layanan konseling ini konselor berusaha agar konseli dapat lebih mandiri dengan membantu dirinya sendiri untuk keluar dari masalah, mengembangkan keterampilan berfikir serta merealisasikannya dengan cara tindakan.

D. Metode Konseling

Metode yang digunakan dalam pelayanan konseling individual salah satunya adalah metode pengondisian operan. Pengondisian operan ini dikenal juga dengan sebutan pengondisian instrumental karena memperlihatkan bahwa tingkah laku instrumental bisa dimunculkan oleh organisme yang aktif sebelum perkuatan diberikan untuk tingkah laku tersebut. Dalam pengondisian operan, pemberian perkuatan positif bisa memperkuat tingkah laku, sedangkan pemberian perkuatan yang negatif bisa memperlemah tingkah laku. Teknik dan prosedur modifikasi tingkah laku yang berasal dari model pengondisian operan adalah perkuatan positif, penghapusan, memberikan hukuman, percontohan²⁰

Dalam melakukan layanan konseling tentunya perlu menggunakan metode agar dalam pelayanan konseling lebih baik dalam mencapai hasil yang diinginkan, metode yang digunakan juga harus sesuai dengan masalah dan kepribadian konseli. Sejalan dengan lingkup BKI dalam membantu konseli menyelesaikan masalah identik dengan ajaran islam, berikut konsep metode konseling secara islami dalam syrat: (QS. An-Nahl ayat 125).

²⁰ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterap*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 199

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۚ وَجَدِلْهُمْ بَالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ
 إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۚ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Artinya : serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.²¹

Berdasarkan ayat di atas yang dapat dipahami yaitu, dalam berdakwah yaitu mempunyai tiga maca metode yang diantaranya adalah menyerukan dakwah dengan hikmah, yang mempunyai arti bahwa untuk cendikiawan dalam menyampaikan dakwah dengan hikmah dan tutur kata yang bijak sesuai dengan tingkat kepandaiannya, kemudian diperintahkan menerapkan *mau'idzah* yang artinya memberikan nasihat dan perumpamaan yang menyentuh jiwa sesuai dengan taraf pengetahuan mereka yang sederhana. Sedangkan untuk yang terakhir yaitu berdebatlah dengan cara yang baik kepada Ahli Kitab dan penganut agama-agama lain menggunakan logika dan retorika yang halus tanpa ada kekerasan. Selain dari ayat tersebut, adapun salah satu tokoh Hamdani Bakran Adz-Dzaky yang mengemukakan metode konseling secara ilsami, yaitu sebagai berikut:

1. Teori Al-Hikmah

Dengan metode ini konselor berusaha untuk mampu mengungkapkan dan menyampaikan kata-kata yang mengandung hikmah.. hikmah di sini

²¹ Al-Quran Al-Karim dan Terjemahannya Departemen Agama RI, (Semarang, PT : Karya Putra Toha Semarang, 2002), h. 281

bermakna kebijaksanaan, ilmu pengetahuan, kenabian, keadilan, dan pepatah.

2. Teori *Al-Mau'izhoh Al-Hasanah*

Pembimbing atau konselor membimbing konselinya dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran atau i'tibar-I'tibar dari pelajaran kehidupan para nabi, rasul dan auliya Allah.

3. Teori Mujadalah yang Baik

Teori ini dapat digunakan konselor untuk membantu konseli yang sedang dalam kebimbangan, keraguan, atau kesulitan mengambil keputusan. Teori ini memberikan bimbingan dengan cara bantahan dan sanggahan yang mendidik dan menentramkan.

4. Nasihat

Seorang konselor atau pembimbing harus berusaha memberikan arahan dan nasihat kepada orang lain (konseli), karena hal ini selain sebagai tugas sosial kemasyarakatan, juga merupakan tanggung jawab setiap muslim untuk membantu saudaranya.

5. Peringatan

Peringatan dijadikan sebagai salah satu alternative untuk membantu konseli, dengan pendekatan ini diharapkan akan tumbuh kesadaran pada konseli untuk melaksanakan ajaran agama dengan baik, dengan cara ini diharapkan konseli mampu mengatasi masalah yang dihadapi.²²

²² Ramayulis, Mulyadi, *Bimbingan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, (Jakarta : Kalam Mulia, 2016), h. 133

E. Pendekatan dan Teknik Konseling Individual

Pada penelitian ini adapun pendekatan yang digunakan oleh peneliti dalam penerapan konseling individual, dalam penelitian tersebut peneliti menggunakan pendekatan *Behavior* atau dapat disebut dengan teori tingkah laku.

1. Pendekatan *Behavior* dalam Layanan Konseling Individual

Pada pendekatan *Behavior* ini memandang manusia pada dasarnya dibentuk oleh lingkungan.²³ Terapi *Behavior* ini berasal dari dua arah konsep Pavlovian dari Ivan Pavlov dan Skinnerian dari B.F Skinner. Dalam pendekatan ini perilaku dipandang sebagai respon terhadap stimulasi atau perangsangan eksternal dan internal. Karena itu tujuan terapi adalah untuk memodifikasi koneksi-koneksi dan metode-metode Stimulus-Respon (S-R).²⁴

Dari uraian di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa pendekatan *Behavior* adalah suatu teori yang memandang bahwa perilaku manusia itu dipengaruhi oleh lingkungan. Kemudian dalam memodifikasi tingkah laku manusia menggunakan metode Stimulus-Respon, yang berarti bahwa ketika individu diberikan Stimulus maka individu akan merespon.

Adapun metode yang digunakan dalam pendekatan *Behavior*, yaitu dengan metode modifikasi tingkah laku atau dapat disebut dengan pengondisian operan. Pengondisian operan merupakan satu aliran utama

²³ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterap*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 195

²⁴ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h.

dari pendekatan terapi yang berlandaskan teori belajar, melibatkan pemberian ganjaran kepada individu atas pemunculan tingkah lakunya (yang diharapkan) pada saat tingkah laku itu muncul. Dalam pengondisian operan, pemberian penguatan positif bisa memperkuat tingkah laku, sedangkan pemberian penguatan negatif bisa memperlemah tingkah laku.²⁵

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa teori *Behavior* ini merupakan suatu teori yang menganggap bahwa manusia itu dapat dibentuk melalui lingkungan. Jadi baik atau buruknya perilaku seseorang tersebut tergantung pada konsep kehidupan di lingkungan tersebut.

2. Tujuan Pendekatan *Behavior*

Tujuan konseling dengan pendekatan ini adalah untuk membantu konseli membuang respon-respon yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respon-respon yang baru yang lebih sehat dengan mengeliminasi perilaku yang *maladaptif* dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.²⁶

Dari tujuan pendekatan *Behavior* ini sudah jelas bahwa dalam pendekatannya ini membantu konseli untuk membuang respon-respon terdahulu yang dapat merugikan dirinya kemudian mengganti dengan memunculkan respon baru yang lebih baik dan sehat sesuai dengan respon yang diinginkan.

²⁵ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterap*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h.198-199

²⁶ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h.

3. Teknik Pendekatan *Behavior*

Teknik yang digunakan yaitu teknik Desentisasi Sistematis, teknik ini dikembangkan oleh Wolpe yang mengatakan bahwa semua perilaku *neoritic* adalah ekspresi dari kecemasan. Dan bahwa respon terhadap kecemasan dapat dieliminasi dengan menemukan respon antagonistik.²⁷

Dalam teknik Desentisasi Sistematis ini juga melibatkan teknik-teknik relaksasi. Konseli dilatih untuk santai dan mengasosiasikan keadaan santai dengan pengalaman-pengalaman pembangkit kecemasan yang dibayangkan atau yang divisualisasi. Situasi-situasi dihadirkan dalam suatu rangkaian dari yang sangat tidak mengancam kepada yang sangat mengancam. Tingkatan stimulus-stimulus penghasil kecemasan dipasangkan secara berulang-ulang dengan stimulus-stimulus penghasil keadaan santai kaitan antara stimulus-stimulus penghasil kecemasan dan respon kecemasan itu terhapus.²⁸

Pada teknik pendekatan ini konselor dalam membantu konseli untuk memunculkan perilaku yang baru dan menge;liminasi perilaku yang lama, konselor menggunakan seting lingkungan dengan memberikan stimulus-stimulus terhadap setiap kegiatan yang dilakukan.

4. Teknik-Teknik Konseling Individual

Yang dimaksud teknik konseling di sini adalah cara-cara tertentu yang digunakan oleh seorang konselor dalam proses konseling untuk membantu klien agar berkembang potensinya serta mampu mengatasi

²⁷ *Ibid.*, h. 71

²⁸ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterap*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 208-209

masalah yang dihadapi dengan mempertimbangkan kondisi-kondisi lingkungannya yakni nilai sosial, budaya dan agama.²⁹

Dalam buku konseling individual teori dan praktek mengatakan bahwa bagi seorang konselor menguasai teknik konseling itu adalah mutlak. Sebab dalam proses konseling teknik yang baik merupakan kunci keberhasilan untuk mencapai tujuan konseling. Seorang konselor yang efektif harus mampu merespon klien dengan teknik yang benar, sesuai keadaan klien saat itu. Respon yang baik adalah pernyataan-pernyataan verbal dan non verbal yang dapat menyentuh, merangsang, dan mendorong sehingga klien terbuka untuk menyatakan dengan bebas perasaan, pikiran dan pengalamannya. Selanjutnya klien terus terlibat dalam mendiskusikan mengenai dirinya bersama konselor.³⁰

Jadi dari beberapa paparan diatas dapat diambil kesimpulan bahwasanya untuk mengadakan proses konseling seorang konselor harus mengetahui terlebih dahulu tentang teknik-teknik konseling. Karena dengan teknik konseling seorang konselor dapat lebih mudah dalam proses konselingnya. Namun, jika seorang konselor belum paham tentang teknik konseling maka sejatinya konseling akan berjalan dengan tidak efektif dan bisa jadi akan mengalami kegagalan dalam proses konselingnya. Dan oleh sebab itu maka berikut adalah ragam teknik konseling yang harus dipahami oleh konselor.

²⁹Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2013), h. 305

³⁰Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h. 157.

a. Perilaku *Attending*

Perilaku *attending* disebut juga sebagai perilaku menghampiri klien yang mencakup komponen kontak mata, bahasa badan, dan bahasa lain. Adapun efek dari *attending* yang baik, yaitu : dapat meningkatkan harga diri klien, menciptakan suasana yang aman, dan mempermudah ekspresi perasaan klien dengan bebas.³¹

Pada teknik *attending* ini konselor berusaha membangun hubungan yang hangat dengan konseli dengan cara menyambut konseli dengan ramah tamah ketika masuk ruangan sehingga konseli merasa dihargai dan dapat mempercayai konselor.

b. Keterampilan Refleksi

Refleksi adalah keterampilan pembimbing atau konselor untuk memantulkan kembali kepada klien tentang perasaan, pikiran, dan pengalaman klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan nonverbalnya. Refleksi ini ada tiga jenis, yaitu refleksi perasaan, pikiran, dan refleksi pengalaman.³²

Refleksi ini adalah suatu keterampilan konseling yang dilakukan konselor untuk menangkap suatu perasaan, pengalaman, serta pemikiran, setelah pesan ditangkap oleh konselor maka akan direfleksikan kembali kepada konseli agar ia menyadarinya.

³¹ *Ibid.*, h. 160-161

³² Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2013), h. 290.

1) Refleksi perasaan

Refleksi perasaan merupakan suatu usaha konselor untuk menyatakan dalam bentuk kata-kata yang segar dan sikap yang esensial (perlu). Yang berarti konselor memantulkan kembali perasaan klien tersebut, kemudian perasaan-perasaan yang dapat diekspresikan dikelompokkan menjadi tiga diantaranya ialah, positif, negatif, dan ambivalen. Adapun manfaat dari refleksi perasaan yaitu : membantu individu untuk merasa dipahami secara mendalam, klien merasa bahwa perasaan menyebabkan tingkah laku, memusatkan evaluasi pada klien, memberi kekuatan untuk memilih, memperjelas cara berfikir klien, dan menguji kedalaman motif-motif klien.³³

Seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa refleksi perasaan merupakan suatu pemantulan yang dilakukan konselor agar konseli menyadari tentang perasaan yang ada pada dirinya.

2) Refleksi pikiran

Refleksi pikiran adalah keterampilan konselor untuk memantulkan ide, pikiran pendapat klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan nonverbal.³⁴

³³ Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2012), h. 82-83.

³⁴ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h.

Begitupun dengan refleksi pemikiran, konselor berusaha untuk memantulkan suatu pemikiran dari konseli yang berupa suatu ide ataupun gagasan yang telah diungkapkan terlebih dahulu.

3) Refleksi pengalaman

Yaitu suatu keterampilan yang dilakukan konselor untuk memantulkan kembali pengalaman-pengalaman yang dimiliki konselor. Yang berarti ketika klien menceritakan pengalamannya baik secara verbal ataupun nonverbal kemudian di pantulkan kembali oleh konselor.³⁵

Kemudian untuk refleksi pengalaman juga tidak jauh berbeda dengan refleksi yang lain. Pada refleksi pengalaman ini konselor berusaha untuk memaparkan kembali pengalaman yang telah ia ceritakan.

c. Empati

Bermimpi merupakan perwujudan dari sikap dan emosi konselor kedalam suatu perbuatan yang dapat memahami dan merasakan apa yang dirasakan konseli tanpa ikut larutkedalam perasaan konseli³⁶. Empati juga dimaksudkan sebagai kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berfikir bersama.

³⁵ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h. 162.

³⁶ Hartono, Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), h. 97

Empati ini ada dua macam, pertama, empati primer yaitu kemampuan konselor memahami perasaan, keinginan dan pengalaman klien. Kedua, empati tingkat tinggi yaitu kemampuan konselor memahami perasaan, pikiran, keinginan, serta pengalaman klien secara lebih mendalam dan menyentuh klien karena konselor ikut dengan perasaan tersebut.³⁷

Pada teknik empati konselor berusaha sebisa mungkin untuk memahami keadaan konseli dan dapat merasakan perasaan yang konseli alami. Dengan memberikan rasa empati kepada konseli, maka ia akan merasa bahwa masih ada orang yang dapat memahami dan merasakan kesedihan yang sedang dialami.

d. Mendengarkan

Keterampilan mendengarkan adalah kemampuan pembimbing atau konselor menyimak atau memperhatikan penuturan klien selama proses konseling berlangsung.³⁸

Pada proses konseling keterampilan mendengarkan harus sangat teliti, karena dengan mendengarkan tersebut konselor dapat menyimpulkan sementara dan dapat merefleksikan apa yang dirasakan konselor, oleh karena itu seorang konselor tidak boleh mengalami gangguan pendengaran.

³⁷ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2013), h. 289.

³⁸ Tohirin, *ibid*, h.289

e. Eksplorasi

Eksplorasi adalah suatu keterampilan konselor dalam menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran klien. Hal ini merupakan suatu hal yang penting karena tidak sedikit konseli yang menyimpan rahasia batin, menutup diri, atau tidak mampu mengungkapkan pendapatnya dengan terus terang.³⁹

Pada layanan konseling, konselor harus bisa mengeksplorasi perasaan konseli. Hal ini dilakukan agar konseli tidak menyembunyikan rahasia kepada konseli. Dalam pelaksanaan konseling tidak sedikit yang konseli yang hanya menceritakan sebagian saja dari masalahnya, oleh sebab itu konselor harus terampil dalam mengeksplorasi pikiran perasaan, dan pengalaman konseli.

f. Paraphasing

Adalah menangkap pesan utama yang dikatakan oleh konseli, seperti memahami ide, gagasan, perasaan dan pengalaman. Pada umumnya tujuan *paraphase* adalah untuk mengatakan kembali sensi atau inti ungkapan klien. Ada empat tujuan utapa dari *paraphase* ini adalah : *pertama*, untuk mengatakan kembali kepada klien bahwa konselor bersama dia, *kedua*, mengendapkan apa yang dikemukakan klien dalam bentuk ringkasan, *ketiga*, memberi arah wawancara

³⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h. 163.

konseling, *keempat*, pengecekan kembali persepsi konselor tentang apa yang dikemukakan klien.⁴⁰

Teknik paraphrasing adalah teknik yang digunakan oleh konselor untuk menangkap pesan utama dari konseli seperti memahami ide, gagasan ataupun pengalaman konseli. Pada teknik paraphrasing konselor selalu mengedepankan persepsi konseli.

g. Teknik bertanya

Pada umumnya konselor sulit dalam membuka percakapan, dan teknik bertanya ini adalah salah satu alternatif untuk memulai percakapan, teknik bertanya itu terdapat dua macam, yaitu pertanyaan tertutup dan terbuka. Pertanyaan tertutup ini biasanya bersifat pertanyaan yang pasti dan jawabannya itu adalah iya atau tidak, kemudian pertanyaan terbuka adalah pertanyaan yang membebaskan konseli untuk menjawab sesuai dengan apa yang dirasakannya⁴¹.

Pada teknik bertanya ini ada dua macam teknik, yaitu pertanyaan tertutup dan terbuka. Pada teknik pertanyaan tertutup biasanya digunakan untuk konselor menanyakan hal yang pasti seperti : apakah perasaan anda saat ini senang, ya atau tidak ?. pada pertanyaan ini konseli cukup menjawab dengan kalimat iya atau tidak. Kemudian untuk teknik bertanya terbuka yaitu dengan memberikan kebebasan

⁴⁰ *Ibid.*, h. 164

⁴¹ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2009), h. 317.

pada konseli untuk menjawabnya, seperti pada pertanyaan berikut: apa yang membuat hari ini anda bahagia?.

h. Dorongan minimal

Dorongan minimal ini bertujuan agar konseli tetap aktif dan terlibat dalam pembicaraan, untuk itu konselor harus mampu memberikan dorongan minimal, upaya yang dapat diberikan konselor untuk memberikan dorongan minimal yaitu dengan mengucapkan kata oh...., ya....., terus....., lalu...., dan..... teknik ini memungkinkan konseli untuk terus bicara dan dapat mengarahkan agar pembicaraan mencapai tujuan.⁴²

Pada pelaksanaan konseling berlangsung biasanya konseli dalam menceritakan masalahnya ia akan kesusahan dan kemudian terdiam, namun untuk membuat konseli tetap bercerita maka perlu dorongan minimal yang dilakukan konselor seperti dengan mengatakan terus..., lalu..., eeemmm.....

i. Interpretasi

Interpretasi adalah upaya konselor untuk mengulas pemikiran, perasaan, dan pengalaman klien dengan merujuk pada teori-teori. Tujuan utama dari teknik ini adalah untuk memberikan rujukan,

⁴² *Ibid.*, h. 317-318

pandangan atau perilaku konseli agar konseli mengerti dan berubah melalui pemahaman dari hasil rujukan tersebut.⁴³

Interprtasi adalah suatu pemberian pendapat ataupun menafsirkan apa yang telah dilakukan oleh konseli, seperti penafsiran pemikiran ataupun pengalaman sesuai dengan teori.

j. Mengarahkan

Mengarahkan ini adalah untuk mengakjak konseli berpartisipasi secara penuh dalam proses konseling. Keterampilan mengarahkan ini yaitu suatu keterampilan dalam proses konseling yang dimana konselor mengatakan kepada konseli agar ia berbuat sesuatu atau mengarahkannya untuk melakukan sesuatu. Contohnya yaitu menyuruh konseli untuk bermain peran kepada konselor.⁴⁴

Tujuan utama dari konseling memenag untuk menumbuhkan kemandirian konseli, namun dalam prosesnya juga harus ada pengarahan yang dilakuakn leh konselor agar konseli juga ikut berperan penuh dalam proses konseling. Pengarahan ini biasanya bisa berbentuk tugas yang harus dikerjakan oleh konseli ataupun dengan bermain peran.

167 ⁴³ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h.

⁴⁴ *Ibid*, h. 167

k. Menyimpulkan sementara

Yaitu agar pembicaraan dalam konseling maju secara bertahap dan arah pembicaraan semakin jelas, maka setiap periode tertentu konselor bersama konseli perlu menyimpulkan pembicaraan. Tujuan dari menyimpulkan sementara ini adalah: *pertama*, memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengambil kilas baik dari hal-hal yang telah dibicarakan bersama konselor. *kedua*, untuk menyimpulkan kemajuan hasil pembicaraan secara bertahap. *ketiga*, untuk meningkatkan kualitas diskusi.⁴⁵

Menyimpulkan sementara yaitu suatu teknik yang digunakan konselor untuk menyimpulkan sementara dari masalah yang konseli ceritakan kepada konselor. Hal ini dilakukan supaya konseli dapat memahami tentang yang telah iaceritakan dan konselor dapat memberikan kesimpulan dari hasil pembicaraan dengan konseli.

l. Diam

Teknik diam adalah suasana hening, tidak ada interaksi verbal antara konselor dan klien, dalam proses konseling. Tujuan dari teknik diam ini adalah sebagai berikut. :

⁴⁵ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madarasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2009),, h. 319

- a. Memberikan kesempatan kepada konseli untuk istirahat atau mereorganisasi pikiran dan perasaannya atau mereorganisasi kalimat yang akan dikemukakan selanjutnya.
- b. Mendorong konseli atau memotivasi konseli agar mencapai tujuan konseling.⁴⁶

Teknik diam adalah suatu teknik yang dilakukan oleh konselor untuk memberikan kesempatan pada konseli untuk istirahat atau menyusun kembali kata atau perasaannya yang akan diungkapkan.

m. Penguatan atau dukungan

Keterampilan ini adalah keterampilan yang digunakan konselor untuk memberikan dukungan atau penguatan terhadap pernyataan positif konseli agar ia menjadi lebih yakin dan percaya diri. Keterampilan ini dapat digunakan untuk mendorong diri konseli agar dirinya dapat lebih tabah dalam menghadapi situasi atau hal-hal yang tidak menyenangkan bagi dirinya.⁴⁷

Penguatan atau memberikan dukungan ini dilakukan konselor agar konseli agar tetap tenang dalam menghadapi masalah yang sedang ia alami dan merasa percaya diri serta merasa bahwa masih ada yang peduli dengan keadaannya dan merasakan ada orang yang memberikan dukungan.

⁴⁶ Mulawarman, *Buku Ajar Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan*, (UNES, 2017), h. 39.

⁴⁷ *Ibid*, h. 41

n. Memimpin

Dalam konseling ini konselor harus bisa memimpin konselinya agar pembicaraan dalam wawancara tidak melantur atau menyimpang. Tujuan dari memimpin dalam konseling yaitu, agar konseli tidak menyimpang dari fokus pembicaraan dan pembicaraan lurus dalam tujuan konseling.⁴⁸

Untuk konseling bisa berjalan dengan baik dan tidak melenceng jauh, maka seorang konselor harus bisa memimpin dalam pelaksanaan konseling. Hal ini dilakukan agar konseli dalam menceritakan masalahnya bisa terfokus dan tidak kemana mana.

o. Nasehat

Pada proses konseling ini nasehat bisa diberikan kepada konseli apabila ia memintanya, meskipun demikian pemberian nasehat harus perlu dipertimbangkan. Kenapa demikian karena tujuan dari konseling ini adalah memandirikan konseli.⁴⁹

Jadi ketika konseli meminta nasehat kepada konselor, sebisa mungkin konselor menghindari untuk menasehati konseli tersebut. Namun jika nasehat memang benar-benar dibutuhkan maka pemberian nasehat diperbolehkan.

⁴⁸ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h. 168

⁴⁹ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2009), h. 324.

p. Merencanakan

Menjelang akhir sesi konseling, konselor harus dapat membantu konseli untuk membuat rencana suatu program untuk *action* guna memecahkan masalah yang dihadapinya. Atau rencana perbuatan nyata yang produktif bagi kemajuan konseli.⁵⁰

Pada pelaksanaan layanan konseling maka perlu adanya teknik merencanakan, pada teknik ini konselor membantu konseli untuk merencanakan tugas guna memecahkan masalah yang sedang dihadapi, perencanaan ini dilakukan oleh kedua belah pihak, yaitu konselor dengan konseli.

q. Konfrontasi

Konfrontasi adalah keterampilan atau teknik yang digunakan oleh konselor untuk menunjukan adanya kesenjangan, diskrepensi atau inkongruensi dalam diri konseli dan kemudian konselor mengumpan balikan kepada konseli. Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penggunaan konfrontasi diantaranya adalah.:

- a) Konfrontasi dapat dilakukan jika hubungan konseli dengan konselor sudah mencapai kepercayaan, jika tidak justru terjadi resistensi (mempertahankan diri) pada diri konseli.
- b) Konselor harus cukup yakin tentang apa yang ditunjukan sebagai pertentangan, dan tidak boleh berbicara dengan nada

⁵⁰ *ibid.*, h. 325.

mengadili, menuduh atau memamerkan ketajaman pengamatannya.⁵¹

Konfrontasi ini dilakukan ketika terdapat kesenjangan antara konselor dengan konseli. Pada konfrontasi adapun yang harus diperhatikan yaitu, konselor harus sudah mencapai kepercayaan, kemudian dalam menunjukan bahwa ada kesenjangan atau pertentangan tidak boleh mengadili ataupun menuduh.

r. Menyimpulkan

Pada akhir sesi konseling konselor membantu konseli untuk menyimpulkan hasil pembicaraan yang menyangkut tentang bagaimana keadaan perasaan konseli saat ini terutama mengenai kecemasan, memantapkan rencana konseli, dan pokok-pokok yang akan dibicarakan pada sesi pertemuan berikutnya.⁵²

Pada teknik menyimpulkan ini konselor membantu konseli untuk menyimpulkan tentang keadaan yang dirasakan konseli pada saat ini dan memantapkan rencana konseli untuk kedepannya.

s. Mengakhiri

Mengakhiri sesi konseling merupakan suatu teknik dalam proses konseling. Untuk mengakhiri sesi konseling, dapat dilakukan konselor

⁵¹ Mulawarman, *Buku Ajar Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan*, (UNES, 2017), h. 50.

⁵² Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h. 172.

dengan cara : *pertama*, mengatakan bahwa waktu sudah habis. *Kedua*, merangkum isi pembicaraan. *Ketiga*, menunjukan kepada pertemuan yang akan datang (menetapkan jadwal pertemuan sesi berikutnya). *Keempat*, mengajak konseli berdiri dengan isyarat gerak tangan. *Kelima*, menunjukan catatan-catatan singkat hasil pembicaraan konseling. *Keenam*, memberikan tugas-tugas tertentu kepada konseli yang relevan dengan pokok pembicaraan apabila diperlukan.⁵³

Teknik mengakhiri adalah suatu cara yang digunakan oleh konselor untuk mengakhiri sesi pada pelaksanaan layanan konseling. Untuk mengahirinya konselor dapat menggunakan kalimat merangkum pembicaraan atau dengan menunjukan bahwa waktu sudah habis.

F. Tahapan Konseling

Proses konseling keterampilan hidup melalui lima tahapan yang terangkum dalam akronim DASIE, sebagai suatu model tahapan konseling yang sistematis. DASIE ini merupakan ringkasan dari lima tahap konseling, yaitu :

D = DEVELOPE the relationship, identifiti and clarify problem yang artinya “mengembangkan hubungan, identifikasi dan klarifikasi masalah”.

A = ASSESS problem and redefine in skils terms artinya “menilai masalah dan mendefinisikan kembali masalah pokok klien”.

⁵³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madarasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2009), h. 325-326.

S = STATE working goals and plan interventions yang memiliki arti “merumuskan tujuan dan merencanakan intervensi”.

I = INTERVENE to develop self-helping skills artinya “memberikan intervensi untuk mengembangkan keterampilan klien membantu dirinya sendiri (self-helping)”.

E = END and consolidate self-helping skills yang artinya “mengakhiri konseling dan melakukan konsolidasi.”⁵⁴

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan konseling ini terdapat lima tahapan. Pada tahapan yang pertama, konselor membangun hubungan terlebih dahulu kepada konseli, setelah hubungan terjalin dengan baik maka konselor mulai untuk mengidentifikasi masalah konseli, kemudian pada tahapan kedua konselor mulai untuk menilai masalah pokok yang sedang dialami konseli, pada tahapan ketiga yaitu menentukan tujuan serta merencanakan apa yang harus dilakukan oleh konseli agar dapat menyelesaikan masalahnya, untuk tahapan keempat yaitu konselor memberikan tugas kegiatan untuk menunjang konseli mengembangkannya untuk menghadapi masalah, dan pada tahapan kelima konselor mengakhiri pertemuan konseling dan melakukan konsolidasi.

Seperti halnya layanan- layanan yang lain, pelaksanaan layanan konseling perorangan, juga menempuh beberapa tahap kegiatan yaitu, perencanaan yang meliputi kegiatan mengatur waktu pertemuan,

⁵⁴ Syamsu Yusuf, Juntika Nurhisn, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2016), h. 160-163

mempersiapkan sarana, serta teknis penyelenggaraan layanan, pelaksanaan kegiatan seperti membahas masalah klien dengan menggunakan teknik-teknik konseling, melakukan evaluasi jangka pendek, menganalisis hasil evaluasi.⁵⁵

Dari uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa, pada pelaksanaan layanan konseling perorangan atau konseling individu ada beberapa tahapan yang harus dilaksanakan, diantaranya adalah tahapan perencanaan, pada tahap perencanaan ini meliputi mengaur waktu pertemuan, menyiapkan tempat yang akan dijadikan sebagai ruangan konseling, serta teknis penyelenggaraannya, kemudian tahapan pelaksanaan kegiatan yaitu membahas masalah konseli dan membahas teknik yang cocok untuk digunakan ketika konseling, tahap selanjutnya ialah mengevaluasi kegiatan, dan menilai hasil dari kegiatan konseling.

Menurut Sofyan Willis secara umum proses konseling dibagi atas tiga tahapan, diantaranya :

1. Tahap awal

Tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, dan masalah klien. Adapun proses konseling ditahap awal adalah:

- a) Membangun hubungan konseling.
- b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah.

⁵⁵ *Ibid*, h 169-170.

c) Membuat penaksiran dan penjajakan.

d) Menegosiasikan kontrak.⁵⁶

Tahap awal pada pelaksanaan konseling ini yaitu dengan membangun hubungan yang baik dulu dengan antara konselor dengan konseli agar dalam pelaksanaan konseling konsli merasa nyaman dan terbuka dengan konselor dalam menceritakan masalahnya, selain membangun hubungan yang baik pada tahap awal ini konselor juga memperjelas masalah yang sebenarnya sedang dialami oleh konseli, hal ini dilakukan karena pada kebanyakan konseli ketika bercerita ia akan menceritakan semua yang ada dalam pikirannya dan tidak terarah. Untuk itu konselor berusaha memfokuskan dan memperjelas masalah konseli. Kemudian setelah masalah konseli telah terfokus maka hal selanjutnya yang dilakukan konselor adalah menafsirkan masalah konseli dan melakukan penjajakan. Dan hal terakhir yang dilakukan pada tahapan awal ini adalah menegosiasikan kontrak konseling.

2. Tahap pertengahan (Tahap Kerja)

Inti dari tahap pertengahan atau tahap kerja ini adalah menilai kembali masalah klien yang telah diungkapkan pada tahap awal. Dengan demikian, berangkat dari definisi masalah klien yang disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah : memfokuskan pada penjelajahan masalah klien, bantuan apa yang

⁵⁶ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h 50-51

akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien.⁵⁷

Untuk tahapan pertengahan atau tahap kerja, konselor di sini berusaha memperdalam masalah yang telah konseli ceritakan pada tahap awal, kemudia menilai serta mencocokkan teknik apa yang akan digunakan konselor dalam proses layanan konseling yang sesuai dengan masalah yang sedang dihadapi konseli dan sesuai dengan karakter atau kepribadian konseli.

3. Tahap akhir konseling

Pada tahap akhir konseling ditandai dengan beberapa hal diantaranya : Menurunnya kecemasan klien, adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih baik, adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas, dan terjadinya perubahan sikap yang positif seperti dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan orang.⁵⁸

Tahap akhir konseling adalah dimana kegiatan konseling telah berakhir dan konselor melakukan evaluasi dengan perubahan yang telah dialami oleh konseli. Pada tahap akhir biasanya konseli sudah melakukan banyak perubahan pada dirinya.

⁵⁷ *Ibid.*, h. 52

⁵⁸ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h.

G. Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri atau *Self Confidence* adalah aspek kepribadian yang penting pada diri seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri maka akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan salah satu syarat esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi, namun kepercayaan diri tidak tumbuh dengan sendirinya melainkan kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat dilingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinu dan berkesinambungan.⁵⁹

Jadi dalam kehidupan manusia rasa percaya diri itu sangat diperlukan, karena jika dalam kehidupan manusia tidak mempunyai kepercayaan pada diri sendiri berarti ada masalah dalam kesehatan mental. Dan untuk dapat menumbuhkan kepercayaan diri pada individu itu diperlukan lingkungan yang sehat dan baik.

Individu yang telah memiliki kepribadian tetap, dapat saja secara bertahap berubah karena dihadapkan dengan rasa ketidakadilan. Seseorang yang telah mengalami kesakitan dalam suatu tindak sosial yang melibatkan pengadilan dapat saja mengalami gangguan-gangguan keseimbangan jiwa. Hal tersebut juga mempengaruhi keseimbangan penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya yang ditetapkan dalam

⁵⁹ Asrullah Syam, Amri, "Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Biotek*, Vol 5 No 1 (Juni 2017), h. 89-91.

batas-batas hukum. Apabila hal ini secara ekstrim terjadi pada seseorang, orang tersebut perlu diberi bantuan untuk memperoleh keseimbangan jiwanya.⁶⁰

Ketidakpercayaan diri individu juga akan muncul pada individu yang telah memiliki kepribadian yang tetap dan baik, namun ketika ia dihadapkan dengan ketidakadilan atau dengan suatu hukuman yang terlalu berat untuk ia jalani maka individu tersebut akan mengalami suatu stres pada dirinya sehingga ia akan menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Seseorang yang telah memiliki kepribadian yang menetap setelah mengalami konflik atau katastrofik pribadinya dapat saja berubah menjadi sikap permusuhan atau ketidakpercayaan terhadap dunia, menarik diri dari hidup sosial, perasaan kosong, atau tidak berdaya, merasa gelisah seolah-olah merasa terancam dan merasa terasing.⁶¹

Konflik yang sedang dialami pada dirinya bisa juga mengakibatkan individu tersebut mengubah kepribadiannya. Ia akan mengalami ketidakpercayaan pada keadaan dan akan mengalami kecemasan yang menjadikan ia tidak percaya diri terhadap diri sendiri.

Rasa percaya diri merupakan keberanian menghadapi tantangan karena memberi suatu kesadaran bahwa belajar dari pengalaman jauh lebih penting daripada keberhasilan atau kegagalan. Menurut Annurahman percaya diri adalah salah satu kondisi psikologi seseorang yang berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan mental dalam proses pembelajaran. Rasa

⁶⁰ Muin Ghazali, Nuesha Ghazali, *Deteksi Kepribadian*, (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2016), h. 11-12

⁶¹ *Ibid.* h. 12

percaya diri pada umumnya muncul ketika seseorang akan melakukan atau terlibat didalam suatu aktivitas tertentu dimana pikirannya terarah untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan, dari dimensi perkembangan rasa percaya diri dapat tumbuh dengan sehat bilamana ada pengakuan dari lingkungan.⁶²

2. Fakto-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Adapun beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri inidvidu menurut Ghufro dan Risnawati, yaitu :

a. Konsep Diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri.

c. Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri dan menurunnya rasa percaya diri.

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan

⁶² Sri Marjanti, Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X Ips 6 Sma 2 Bae Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015, *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, Vol. 1 No. 2 Tahun 2015 ISSN 2460-1187

menjadikan orang tersebut tergantung dan berada dibawah kekuasaan orang yang lebih pandai, begitupun sebaliknya.⁶³

Berdasarkan uraian di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa yang mempengaruhi kepercayaan diri individu itu ada beberapa faktor yang dapat membentuk suatu kepribadian individu yang baik yaitu: konsep diri, harga diri, pengalaman serta pendidikan. Dari keempat hal tersebut lingkungan sosial dan diri sendiri juga ikut berperan dalam pembentukan kepribadian yang mempengaruhi kepercayaan diri.

3. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Berikut merupakan beberapa aspek-aspek kepercayaan diri yang terdapat pada jurnal PSYCHE 165 Vol. 12 No 1 Tahun 2019:

- a. Keyakinan kemampuan sendiri: yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya. ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis: sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
- c. Objektif: yaitu orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

⁶³ Darma Syahrullah Ekajaya, Jufriadi, Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Muaro Padang, *Jurnal PSYCHE* 162, Vol. 12 No. 1 Tahun 2019, ISSN: 2088-5326.

- d. Bertanggung jawab: yaitu kesediaan seseorang untuk mengganggu sesuatu yang telah terjadimenjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan realistis: adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan seseatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal.⁶⁴

Dari uraian di atas maka peneliti dapat mengambil suatu kesimpulan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri adalah ketika seseorang mampu dan yakin akan kemampuan yang yang dimiliki sendiri, kemudian mampu untuk berfikir secara optimis, kemudian dalam memandang suatu masalah selalu objektif yang bearti dengan meloihat kebenarannya semestinya, mampu untuk bertanggung jawab dengan apa yang telah dilakukannya dan siap untuk menerima konsekuensinya, dan yang terakhir mampu untuk berfikir secara rasional dan realistis yang bearti suatu pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan sebuah kenyataan.

Adapun beberapa tokoh yang menerangkan tentang ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri diantaranya ialah.⁶⁵:

a. Mardatillah

Menurut Mardatillah, orang yang memiliki kepercayaan diri adalah sebagai berikut :

⁶⁴ *Ibid.*, h. 98

⁶⁵ Asrullah Syam, Amri, "Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Biotek*, Vol 5 No 1 (Juni 2017), h.. 92.

- 1) Mengenal dengan dengan baik kekurangan dan kelebihan dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya.
- 2) Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai.
- 3) Tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidakberhasilannya namun lebih banyak intropeksi diri sendiri.
- 4) Mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidak mampuan yang menghinggapinya.
- 5) Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya.
- 6) Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya.
- 7) Berpikir positif.
- 8) Maju terus tanpa menoleh kebelakang.

b. Dariyo

Dariyo dan kawan-kawan mengatakan bahwa orang yang percaya diri biasanya memiliki ciri mempunyai inisiatif, kreatif dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berfikir positif dan menganggap semua permasalahan pasti ada jalannya.⁶⁶

Sebagaimana firman Allah tentang percaya diiri yaitu terdapat dalam surat Al-Imron ayat 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

⁶⁶ *Ibid.*, h. 92

“janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”⁶⁷

Dalam ayat tersebut menjelaskan bahwa disetiap manusia itu pasti ada kurang ataupun kelebihan, dan semua orang pasti punya masalah dan masa lalu yang kelam. Jadi jangan jadikan hal tersebut untuk membuat diri menjadi lemah dan tidak percaya diri dengan keadaan yang dialami.

H. Kepribadian Individu

1. Pengertian Kepribadian Individu

Kepribadian konseli adalah totalitas sifat, sikap dan perilaku konseli yang terbentuk dalam proses kehidupan. Menurut teori konvergensi dari Wilian Stern, kepribadian individu merupakan hasil gabungan dari pengaruh faktor-faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu yang dibawa sejak lahir, seperti temperamen dan konstitusi. Temperamen merupakan sifat-sifat kejiwaan yang dibawa sejak lahir seperti suasana hati, ketegangan tingkat aktivitas, dan kegembiraan. Sedangkan konstitusi adalah sifat-sifat kejasmanian yang berasal dari keturunan.⁶⁸

Selanjutnya adapun beberapa definisi lain tentang kepribadian, yaitu:

- a. Kepribadian adalah sekumpulan motivasi, kebutuhan, dan pilihan-pilihan seseorang yang berperan sebagai ekspresi spontan yang merupakan kekuatan dan kelemahan seorang individu sebagaimana adanya.

⁶⁷ Al-Quran Al-Karim dan Terjemahannya Departemen Agama RI, (Semarang, PT : Karya Putra Toha Semarang, 2002), h. 67

⁶⁸ Hartono, Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), h 78

- b. Kepribadian adalah sejumlah sikap dan tingkah laku manusia yang merupakan keutuhan, serta sifat khas seseorang.
- c. Kepribadian adalah kesatuan sistem jiwa dan raga dalam diri individu yang bersifat dinamis dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.⁶⁹

2. Gangguan kepribadian

Kepribadian yang normal ditandai atau ditentukan dengan adanya kemampuan untuk berfungsi secara otonom dan kompeten dalam kecenderungan menyesuaikan diri secara efektif dan efisien dengan lingkungan sosialnya, yang disertai dengan kepuasan dan ketenangan mengaktualisasikan diri. Kalau tidak ada kemampuan seperti ini pada seseorang maka kepribadiannya terganggu. Kenapa demikian, karena ia berperilaku adanya pola pemikiran, perasaan, serta pengkaitan yang tidak fleksibel dan maladaptif.⁷⁰

3. Kebutuhan individu

Kebutuhan merupakan dasar timbulnya tingkah laku individu. Individu beringkah laku karena adanya dorongan untuk memahami keutuhannya, jika individu berhasil dalam memenuhi kebutuhannya maka dia akan merasa puas, begitu juga sebaliknya kegagalan dalam memenuhi kebutuhan ini akan banyak menimbulkan masalah bagi dirinya maupun bagi lingkungannya. Konseli sebagai individu memiliki kebutuhan dasar, seperti kebutuhan rasa aman, kebutuhan biologis,

⁶⁹ Muin Ghazali, Nuseha Ghazali, *Deteksi Kepribadian*, (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2016), h. 20.

⁷⁰ *Ibid.* h. 242-243

kebutuhan akan pengakuan dan kasih sayang, kebutuhan akan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri.⁷¹

Dari uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa rasa percaya diri itu akan muncul apabila kebutuhan-kebutuhan individu terpenuhi, mulai dari kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan sosial, kebutuhan harga diri, kebutuhan pengaktualisasikan diri dan kebutuhan penghargaan diri.

I. Kajian Pustaka

Untuk memperkuat penelitian ini, peneliti akan mengemukakan hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan, penelitian yang relevan yang akan diuraikan sebagai berikut :

1. Skripsi Fitria Ramadhani, 2012. Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam. Fakultas Dakwa dan Komunikasi UIN Sunan Gunung Djati Bandung dengan judul: “Penerapan Bimbingan Konseling Individual dalam Upaya Menumbuhkan Sikap Percaya Diri Narapidana (Penelitian di Lapas Sukamiskin Bndung”’. Dalam penelitian ini menjelaskan tentang pelaksanaan konseling individu dalam menumbuhkan percaya diri pada narapidana, upaya yang dilakukan itu untuk membantu narapidana agar mengubah sikap mereka menjadi lebih baik dan mengembalikan kepercayaan diri narapidana setelah kembali kemasyarakat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan bimbingan konseling individu

⁷¹ Syamsu Yusuf, Juntika Nurhisan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2016), h. 202-208

dalam upaya menumbuhkan sikap percaya diri narapidana di Lapas Sukamiskin Bandung dapat dinyatakan cukup berhasil. Indikator keberhasilan yang mempengaruhi sikap percaya diri narapidana yaitu: tidak menghindari situasi komunikasi, tidak pemalu, tidak menarik diri dari pergaulan, tidak ragu dalam bertindak, tidak mudah tersinggung, tidak diliputi perasaan bersalah secara berlebihan, dan mampu memperbaiki diri.⁷²

2. Skripsi Isna Busyrah Hanum, 2013. Jurusan Psikologi dan Pendidikan. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan judul : “Studi Tentang Penyesuaian Diri Mantan Narapidana Di Kecamatan Banjarnegara Kabupaten Banjarnegara”. Hasil penelitian menunjukkan penyesuaian diri pada mantan narapidana dilihat dari beberapa aspek, diantaranya adalah: aspek psikologis; ada beberapa mantan narapidana yang tidak bisa menerima statusnya sebagai mantan narapidana dan sering keluar kota agar merasa aman. Aspek fisik; mantan narapidana tersebut selalu memakai baju dengan lengan panjang agar dapat menutupi tatonya dan berusaha untuk menghilangkan tato tersebut. Aspek sosial; mantan narapidana tersebut mendapatkan sambutan hangat dari keluarganya, namun untuk di masyarakat masih ada penolakan untuk menerima mantan narapidana. Aspek ekonomi; dalam aspek ekonomi mantan narapidana untuk mendapatkan pekerjaan yang tidak menggunakan SKCK. Dan dalam

⁷² Fitria Ramadhani, “Penerapan Bimbingan Konseling Individual dalam Upaya Menumbuhkan Sikap Percaya Diri Narapidana (Penelitian di Lapas Sukamiskin Bndung, (Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2012)

aspek keagamaan; intensitas keagamaan yang diikuti oleh mantan narapidana semakin bertambah, namun ada juga yang berkurang.⁷³

3. Skripsi Apriyanti Munajah, 2018. Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam. Fakultas Ushuludin UIN Sunan Gunung Djati Bandung dengan judul : “Bimbingan Rohani Islam Terhadap Motivasi Hidup Narapidana (Studi Deskriptif Kualitatif di Lembaga Pemasyarakatan Sukamiskin Kelas 1)”. Hasil yang didapat dari penelitian ini mengenai peran bimbingan rohani islam terhadap motivasi hidup narapidana sangat tinggi, untuk itu bimbingan rohani islam di lembaga pemasyarakatan kelas I Sukamiskin Bandung terus ditingkatkan.⁷⁴

Berdasarkan dari ketiga skripsi tersebut adapun perbedaan dengan skripsi yang peneliti susun. Pada penelitian terdahulu lebih menekankan bagaimana cara menumbuhkan sikap percaya diri dari warga binaan pemasyarakatan yang akan keluar dari tahanan atau bisa juga disebut sebagai mantan narapidana, Selain itu pada ketiga penelitian terdahulu adapun hasil yang menunjukkan perubahan sikap yang dialami oleh warga binaan pemasyarakatan setelah mendapat kan layanan seperti. Layanan konseling individual, bimbingan rohani Islam dan studi tentang penyesuaian diri mantan narapidana. Hasi dari layanan tersebut yaitu warga binaan pemasyarakatan. Tidak menghindari situasi komunikasi, tidak pemalu, tidak menarik diri dari

⁷³ Isna Busyrah Hanum, “*Studi Tentang Penyesuaian Diri Mantan Narapidana Di Kecamatan Banjarnegara Kabupaten Banjarnegara*”, (Universitas Negeri Yogyakarta, 2013).

⁷⁴ Apriyanti Munajah, “*Bimbingan Rohani Islam Terhadap Motivasi Hidup Narapidana (Studi Deskriptif Kualitatif di Lembaga Pemasyarakatan Sukamiskin Kelas 1)*”, (Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2018)

pergaulan, tidak ragu dalam bertindak, tidak mudah tersinggung, tidak diliputi perasaan bersalah secara berlebihan, mampu memperbaiki diri. Peran bimbingan rohani Islam terhadap motivasi hidup narapidana sangat tinggi, maka dari itu bimbingan rohani di lembaga pemasyarakatan Kelas I Sukamiskin Bandung terus ditingkatkan. Kemudian dalam pendekatannya menggunakan pendekatan deskriptif.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwasanya perbedaan yang mencolok terletak pada aspek pendekatan yang digunakan oleh penelitian terdahulu. Pada penelitian terdahulu menggunakan pendekatan deskriptif, sedangkan dalam penelitian yang peneliti susun dalam skripsi ini menggunakan pendekatan studi kasus, yang berarti bahwa penelitian ini lebih mendalam pada penerapan layanan konseling individual yang digunakan oleh lembaga pemasyarakatan perempuan kelas II A Bandar Lampung. Sedemikian itu, penelitian yang dilakukan oleh peneliti lebih kepada bagaimana cara penerapan yg digunakan konselor dan bagaimana menerapkan layanan konseling individual tersebut sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri pada warga binaan pemasyarakatan. Selain itu objek yang diamati dalam penelitian ini adalah warga binaan pemasyarakatan yang masih dalam masa tahanan dan belum akan keluar dari tahanan.